

# 園だより

# 2016年8月



シオン保育園・子育て支援センター・シオン子どもの家

年主題 「キリストはわたしたちの平和であります」

聖書エフェソ2:14

8月主題 「平和を実現する人々は、幸いである」 聖書マタイ 5:9

## ♡シオン保育園

\*13日(土)・15日(月)16日(火)は夏期休園となっております。不測の事態に備えて日直がおりますのでよろしくお願いいたします。

\*4日(木)(10:30~)誕生会 8月生まれのお子さんの誕生会をいたします。うさぎ組以上の8月生まれのお子さんの保護者様はどうぞご参加ください。昼食費は200円です。この費用は「お誕生日ありがとう運動」に全額寄付いたします。誕生日ありがとう運動は、障がいをもつ人たちに対しての啓発活動を行っている団体です。

\*18日(木)…横棚カネ子様よみきかせ ボランティアの横棚様が絵本や紙芝居の読み聞かせをしてくださいます。

\*26日(金)…チェルシーさん来園 チェルシーさんと英語で遊びましょう!

\*31日(水)…島探究。大学生訪問実習 大学生が来て福祉の現場での体験実習を行います。

教育特別時間での保育園ご利用(1号認定)の方は夏休みが8月11日(木)~17日(水)までとなっておりますのでよろしくお願いいたします

予告\*運動会は10月1日(土)です。場所は未定。屋内ですので、雨天でも行います。

## ♡子育て支援センター 8月の行事

\*子育て支援センターは(月)(水)(金)開いております。今年度の開設時間は9:00~14:00までです。また、昨年度同様に開設日の午前中すべてに行事を入れていきます。行事の時間はいつも10:00~です。基本的には、(月)は手仕事を楽しまします。(水)は、遊びの日で音楽リズムを中心に日によっては外遊びや散歩などもいれていきます。(水)はおやつを用意しています。(金)はかんたんクッキングです。暑い日には水遊びをすることもあります。着替え・タオルなどをご用意ください。

今月の24日(水)は計測の日。お楽しみ昼食会は26日(金)です。26日に参加される方は19日(金)までにご連絡ください。昼食費は300円です。

## ♡子どもの家

7月21日(木)からは、夏休みプログラムとなっております。8月は3期に分かれていて、料金がそれぞれちがいますので、ご利用の時期と料金をおたよりでお確かめください。13日(土)~16日(火)までは夏期休園となっておりますので、よろしくお願いいたします。学校の始業日は8月24日ですのでそれまでは夏休みプログラムです。

開設時間は子どもの家も保育園と同様7時45分から18時までとなっております。現在延長保育は行っておりませんので、お忙しいとは存じますが送り迎え等の時間のご協力をよろしくお願いいたします。

保育園子育て支援センター連絡・問合せ先 隠岐郡西ノ島町別府 149-9 ☎08514-7-8411 FAX08514-7-8540  
子育て支援センター・子どもの家 携帯電話 090-8716-1324

携帯メール [kosodatesiensenta-sion@docomo.ne.jp](mailto:kosodatesiensenta-sion@docomo.ne.jp) ホームページアドレス [shion60.com](http://shion60.com)

## ♥7月の行事から

6月29日(水)には、西ノ島町文化芸術事業として広島から中田貴士さんをお招きして、「うたの平和コンサート」を行いました。子育て支援センターご利用の方や地域の方々もおいで下さり大変盛況でした。子どもたちの大好きな「ドレミの歌」や「にんげんっていいな」などでは、とても楽しく歌声を合わせることができました。また伴奏やホルン演奏などで当保育園の保育士と共演できました。広島で過ごす中田さんはとくに原爆のことや平和への思いが強く、子どもたちが将来にわたって平和に過ごすにはお互いの気持ちを思いやり理解することが大切であることを子どもたちにもわかりやすく伝えてくださいました。楽しいひとときをありがとうございました。(参加人数 大人27名 子ども52名)



7月2日(土)は保護者会主催の夕涼み会がありました。楽しくじ引きやゲームなども用意され、夕食のカレー、サラダ、デザートなどもあり、100名を超える方々が参加されてにぎやかな夜となりました。事前の話合いや準備、当日の準備や調理など、大変お世話になりました。当日の売り上げ12900円はすべて国際飢餓対策機構国際里親のために寄付いたします。ありがとうございました。



7月13日(水)には西ノ島中学校の3年生のみなさんが家庭科の授業の一環として、保育園を



訪問して下さいました。子どもたちと楽しく歌ったりゲームをしたり中学生が作ってくれたおもちゃを使って一緒に遊びました。お兄さんお姉さんが来てくれたことがうれしく、くっついて一緒に遊んでもらってとても楽しかったようです。別れる時もずっと玄関で手を振って見送っていた子どもたちでした。

保育園の畑のジャガイモが大きくなり、就労支援施設の「ございな」の皆さんやスタッフと一緒にお芋掘りを行いました。今年は天候が不順だったので虫などがついて例年より数は少なかったようですが、大きなお芋があって子どもたちも大喜びでした。大人がスコップで掘り起こした後、子どもたちが手でお芋を掘り起こして見つけていました。とれたお芋は給食で頂きます。ございなの方、ありがとうございました。



## ♥保育室から 3・4・5歳児クラス スタッフ

3、4、5歳児クラスは全員で22名の異年齢児混合のにぎやかなクラスです。縦割り保育では星組さんが花組さんを気遣ったり、花組月組は星組のまねをしたりして良い面もたくさんあります。

一方でそれぞれの年齢での発達の違いがあるために、遊びに制限がかかってしまうこともあります。それぞれの発達に合わせ、子どもの好奇心や興味に添った活動ができるように計画をたてています。

とくに外遊びや戸外での活動は、子どもたちが豊かな自然の恵みや季節を感じる大切な経験と考えています。保育園の外に出かけ、地域の人たちと触れ合ったり自然の中から食べ物を見つけて食育活動をおこなったりもします。また読み聞かせや食育活動では、地域のボランティアの方々のご協力がありいろいろな方々と触れ合う貴重な体験をしています。歌うことも大好きなクラスです。毎日の集まりでは楽しく歌ったりお話を聞いたりしています。若いスタッフですが、お子さんたちとともに成長していくつもりです。よろしくお願いたします。



## ♥子どもの睡眠について



2010年からの統計では、日本の子どもたちの睡眠時間は世界で2番目に短いということです。ちなみに第1位は韓国です。また、就寝時間は早寝のグループと遅寝のグループの二極化が進んでいるようです。小学生で12時以降に起きている子どもも少なからずあるとのことですから大変な時代ですね。

また3歳未満の子どもの昼寝時間は世界一短いそうです。

人間は生物ですから、睡眠は必要です。地球で暮らすには朝は朝日を浴びて起き、夜は暗くして寝ることがとくに子どもには必要なことです。そういう意味で生活習慣を整えることは大切なことです。**朝日を浴びて起きる→朝ごはんを食べる→遊ぶ・活動する→昼食をとる→昼寝をする→また活動する→夕食を食べる→入浴する→寝る、というようなリズム**をつけることは体だけでなく脳の発達にも大きな影響があります。子どもの健康のためには**その時間は大人がしっかりと決めてあげてください。**

とくに寝る前にはスマートフォンやタブレット、パソコン、テレビ、ゲームなどの刺激から子どもたちを遠ざけましょう。これらの青い光は脳を刺激させ興奮させるので、子どもたちが不眠に陥ったりして脳が休まらず、発達を阻害してしまいます。

また、赤ちゃんでは夜泣きに困る時期もあるかと思えます。これもそのうち収まることなのですが、そのときは大変ですね。寝かせることに一生懸命になり苦労してしまうこともあるかもしれません。保育園では昼間は体をいっぱい使って活動します。お天気のいい日には外へも出かけます。お家におられる方の中には、なかなかお友達と遊んだり体をいっぱい使って遊んだりする機会が少なくなってしまうかもしれません。できるだけお友達と遊べるように子どもたちの集まる場所に出かけたり、散歩をしたり、外に連れ出してみましょ。夜泣き対策には昼間の時間の過ごし方も大切です。

もしそれでも長く続いて大変な場合は保育士や回りの方に相談してみてくださいね。

次にあげるスリープヘルス6か条をご参考になさってください

### **スリープヘルス6か条 = 早寝早起き + 規則正しい食生活**

- |  |  |                      |
|--|--|----------------------|
| <b>1. 朝の光を浴びること</b>                              | <b>2. 昼間に活動すること</b>  | <b>3. 夜は暗い所で休むこと</b> |
| <b>4. 規則的な食事をとること (食事時間はこどもの食べたいときでなく大人が決める)</b> |  |                      |
| <b>5. 規則的に排泄すること</b>                             | <b>6. 眠りを阻害する嗜好品 (カフェイン・アルコール、ニコチンなど) や眠りを阻害するメディア接触を避ける</b> |                      |

入眠儀式・寝る前の排泄、読み聞かせ、パジャマへの着替え、光や音などを遮断、等々毎日同じことを静かに行うことで睡眠に誘うモードに入れます。読み聞かせなどはとてもよい方法です。(参考 子ども眠りの大事なツボ 芽ばえ社 より)

## ♥雑感

それぞれちがった年齢の子と一緒に遊ぶ時間、小さい子が絵本を持ってきた。読んであげようとする、大きい子が来て「読んであげよう。読めるんだからね」と言う。その子はすらすらと読み、そばで小さい子たちが並んで座って大人しく聞いていた。しばらくして「あれ？これこんな本？」と気付いたが、黙ってきいているとなかなか面白い話になっている。「実はこの子、字がよく読めないんだな」と気づいたが、あまりにおもしろいので小さい子と同様に聞いていた。「そして、カブトムシはようちゅうになっておうちにかえっていきました。おしまい！」その本は虫の図鑑だった。

子どもは遊びの天才であるとはよく言ったものだ。字が読める・読めないは、問題ではない。この子のような思いやり、想像力こそ私たちが大切にすべきものと気付かされた。(0)